Ödémás kismamák

Terhességi gestosis, preeklampszia, eklampszia

A várandósság folyamán hirtelen emelkedõ vérnyomás hátterében általában komoly betegség húzódik meg. Aki azonban idejekorán felismeri a tüneteket, eséllyel védekezhet a kockázatok ellen...

Minden tizedik kismama hallja orvosától a következõ diagnózist: gestosis, EPH-gestosis, eklampszia elõtti állapot, terhesség által kiváltott magas vérnyomás. E megnevezések egyetlen betegséget takarnak, melynek azonban többféle megjelenési formája és különféle tünetei vannak. Közös vonásuk, hogy kivétel nélkül a terhesség alatt jelentkeznek.

Jó hír! Ha idejekorán felismerik, és helyesen kezelik a panaszokat, a gestosis nem jelent veszélyt sem az anyának, sem a gyermekének. Ellenben, ha a tüneteknek nem tulajdonítanak jelentõséget, a betegség mind a kismamára, mind magzatára nézve életveszélyessé válhat!

Idegen szövet…

A gestosis általában a terhesség utolsó harmadában jelentkezik, körülbelül a 28. héttõl. Az ÖPH-gestosis rövidítés magában foglalja a tüneteket:

- Ö: ödéma (folyadékfelhalmozódás a szövetekben);
- P: proteinuria (fehérjekiválasztódás a vizeletben);
- H: hipertenzió (140/90-nél magasabb vérnyomásérték).

A betegség eredete még nem tisztázott, különféle feltevésekre hagyatkozhatunk. Egyes szakértõk az okot a nem megfelelõ vagy hiányos táplálkozásra vezetik vissza. Mások szerint a tüneteket az anyai szervezet – idegen szövet által kiváltott – immunreakciója okozza. Az elsõ gyermeküket váró kismamáknál, különösen, ha az édesanyja ugyancsak gestosisban szenvedett, szóba jöhetnek még genetikai adottságok is. Annak ellenére, hogy a szakemberek a betegség okával kapcsolatban még sötétben tapogatóznak, a kór lefolyása egyértelmû.

Figyelmeztetõ fájdalom

HELLP-szindróma esetén a vér alkotóira eshet szét, a máj-enzim értékek megnövekedhetnek, a véralvadás

problémássá válhat. A betegség a jobb oldali bordaív alatt jelentkezõ erõs, hasi fájdalommal, szédüléssel, hányingerrel jár. Aki ezeket a tüneteket észleli magán, azonnal forduljon orvoshoz!

Nem minden ödéma veszélyes!

Terhesség alatt a kismamák vérének mennyisége mintegy másfél-két literrel növekszik. Ezt azért intézte így a bölcs természet, hogy se a placenta, se a magzat ne szenvedhessen hiányt. Normális esetben semmiféle megerõltetést nem jelent a mamajelölt szervezete számára a túlnyomórészt vízbõl álló vér termelése és továbbítása. A gestosis esetében azonban – valamilyen, eddig ismeretlen okból – az erek belsõ fala áttetszõvé válik, s a vérben lévõ víz átszivárog a szövetekbe, ahol ödéma képzõdik. A kismama lába megvastagszik, elnehezül, arca felpuffad, keze is ödémás lesz.

Fontos! Az ödéma a betegség elsõ tünete lehet! Ugyanakkor fontos, hogy az eklampsziát bevezetõ ödémát megkülönböztessük attól az ártalmatlan vizesedéstõl, ami a lábak felpolcolását követõen eltûnik. A kezelést nem igénylõ folyadékfelhalmozódás általában csak a terhesség 34–36. hetében jelentkezik.

A vészhelyzetet jelzik...

A korai – 28. hét körül – megjelenõ ödémára az anyai szervezet megemelkedõ vérnyomással reagál. Ez a gestosis következõ tünete. Amikor a víz a vérbõl a szövetekbe szivárog, a vér besûrûsödik, lassabban kering, így a magzat kevés tápanyaghoz és oxigénhez jut. Ilyenkor olyan lassan kialakuló hiányállapot jöhet létre, amely már veszélyeztetheti a magzatot. Az anyai szervezet erre a vészhelyzetre úgy reagál, hogy érösszehúzó hormonokat bocsát ki, ezek pedig megemelik a vérnyomást, hogy a szervezet, s ezáltal a magzat vérellátása javuljon.

Jó tudni! A vérnyomás gestosisban hirtelen emelkedik, ezt azonban nem szabad összetéveszteni a terhesség elõtt már meglévõ krónikusan magas vérnyomással. Az állandó magas vérnyomás károsíthatja a veséket is, melyek ilyenkor több fehérjemolekulát engednek át. Meghatározott érték feletti fehérje a vizeletben a gestosis harmadik jele lehet.

Lappangó kórság?

Ritkán, de elõfordulhat, hogy a betegség a vérnyomás megemelkedése nélkül zajlik. Ilyenkor a kismama rövid idõn belül erõsen „meghízik”, szervezete hetente több mint két liter vizet elraktároz. Ezzel párhuzamosan a vizeletébõl nagyobb mennyiségû fehérje is kimutatható. Mivel ezen esetben az eklampszia – terhességben, illetve szüléskor fellépõ rángógörcs – kockázata megnõ, az orvosnak azonnal kórházi megfigyelésre kell beutalnia a kismamát.

Az élet sója?

A gestosis diagnosztizálása után a legfontosabb kérdés: mi is a teendõ? Az érintett kismamáknak a szakértõk azt

tanácsolják, igyanak sokat, hogy segítsék új, hígabb vér elõállítását. Azért, hogy a víz ne távozzon a vérbõl, a szervezetnek szüksége van fehérjékre, B6–vitaminra és nátriumra. Tehát a kismamának mindig kiadósan kell étkeznie, ennivalóit pedig érdemes jól megsóznia. A tapasztalatok szerint ilyenkor az ödémák visszahúzódnak, és a vérnyomás is csökken. Ugyanakkor az emelt mennyiségû sóbevitel pozitív hatása tudományosan még nem bizonyított, az ezzel kapcsolatos vizsgálatok folyamatban vannak. Az érintett kismamáknak ezért érdemes ösztöneikre, ízlelésükre hallgatniuk, és ajánlatos kerülniük a szélsõségeket.

Jó tanácsok: a gestosisos kismamáknak különösen figyelniük kell arra, hogy egészségesen, fehérje- és vitamindúsan, kiegyensúlyozottan táplálkozzanak! Óvják magukat a különbözõ lelki és fizikai terhektõl, pihenjenek sokat! Ily módon stabilizálódhat az anyagcseréjük és csökkenhet a vérnyomásuk. A kór enyhe formái normális keretek közé szoríthatók, a tünetek megszûnhetnek, s végsõ soron a betegség ártalmatlan lefolyásúvá válhat!

Ellenkezõ esetben kórházi megfigyelés lehet indokolt, hogy a vérnyomást orvosi felügyelet mellett, kímélõ gyógyszerezéssel csökkentsék. Ez azért is fontos, hogy idejekorán felismerhessék az esetleges HELLP-szindrómát, mely a betegség súlyos komplikációs formája.

Idõt kell nyerni…

A gestosis kezelésére irányuló mindenféle beavatkozás – legyen az a táplálkozás átállítása, gyógyszerezés, kórházi megfigyelés – arra irányul, hogy a leendõ mama ellenõrzött keretek között „idõt nyerjen”, és a koraszülés – ami a magzat életkilátásait csökkentheti – elkerülhetõvé váljon. Ugyanakkor az anya egészségét sem szabad kockára tenni. Mivel a hosszan tartó magas vérnyomás következtében sérülhet a placenta, s a magzat nem jut elegendõ táplálékhoz, fejlõdésében visszamaradhat. Ezért az érintett kismamák magzatait az anyaméhen belül folyamatosan figyelik, és vizsgálják. „Normál” ultrahanggal mérik a baba nagyságát, így kiderül, normálisan fejlõdik-e. A Doppler-ultrahang segítségével ellenõrizhetõ a vér keringési sebessége a méh artériáiban. Így meg lehet figyelni a placentát és a köldökzsinórt, amibõl következtetni lehet a kicsi tápanyagokkal történõ ellátásának megfelelõ vagy elégtelen voltára. A CTG pedig a babaszívhang rögzítésével tájékoztat a magzat általános állapotáról. Mindeközben az orvosok csökkentik az anya vérnyomását. Így jó az esély arra, hogy a magzat zavartalanul fejlõdjék, és az anyánál se jelentkezzenek veszélyes komplikációk. Kilenc hónap elteltével pedig a veszélyeztetett kismamák is boldogan tarthatják karjukban egészséges újszülöttjüket.

S. Gy.

Forrás: Ideál.hu